



楽しく健康 筋力アップ&リラクセーション



日時 平成30年9月6日～11月22日
毎週木曜日 ※10/18、10/25を除く。
午前10時～11時30分 **全10回**

会場 相模原ギオンスタジアム 会議室

対象 50歳以上の方

定員 40名(申込順)

参加料 5,000円(全10回分)

持ち物 運動できる服装・シューズ
水分補給用の飲み物・タオル
着替え等

応募方法 メール／電話／FAX／HPの教室
申し込みフォームにて、住所
氏名・(フリガナ)・電話番号
年齢・教室名を競技場まで
ご連絡ください。

**広報さがみはら
8/15号掲載**

相模原ギオンスタジアム

〒252-0335 相模原市南区下溝4169

TEL 042-777-6088

メール asamizo-stadium@dream.jp

FAX 042-777-0161

HPアドレス <http://www.asamizo-stadium.jpn.org/>